



▲李Sir（前排右一）對小將們充滿信心。

民生書院小學 調整戰略 濃縮訓練

位於九龍城的民生書院小學部是歷來學界比賽的大贏家之一，其精英田徑隊曾創下不少學界紀錄。該校運動發展主任李Sir日前接受《教育佳》訪問時表示，現時訓練時間比起疫情前大減，有些比賽出現改制，學校便調整策略、濃縮時間訓練。李Sir又大讚小將們樂觀的心理狀態，他說：「整個學界師生都好努力準備（學界比賽），即使經歷過一段時間停賽，或會迷茫，但我們作為帶頭人唔可以洩氣。」

李Sir說，疫情前校隊每周訓練一日，每年亦有三次到海外集訓的機會，現時小學生只能有限度半日面授課堂，校隊唯有周六上午進行延伸活動時訓練。他指出，12月前學界在乒乓球、羽毛球和田徑三個項目有比賽，田徑比賽改制，取消4×100米接力，賽事一場定勝負，因而在訓練上進行策略重整，直接練習該項內容，訓練學生第一槍就要做好，務求「一撻就着」。

除了練習模式要整頓，選材上亦遇到困難，李Sir說，由於陸運會、水運會等賽事取消，只能靠體育老師提名有潛力的初小學生進行訓練。他亦坦言，高小的運動健兒中，只有六年班有校際比賽經驗，不少四、五年班學生第一次參賽，因而練習時訓練他們獨自跑，無論有無對手都要跑出速度。

「我最欣賞的是，學生並無因疫情影響到心理狀態，他們好信任老師，亦樂觀、聽話地完成訓練，練習時大家一條心盡力做。」李Sir對小將們充滿信心，「去年我們在男女子乙組乒乓球賽奪冠，田徑比賽上亦會取得五冠一亞的佳績，我對他們都有一定信心，希望拎到三到四個冠軍！」



於穎彤



林蔚欣



關珈謙